



Hovězí steak

Ingredience

kvalitní hovězí maso (svíčková, roštěnec,...): 400 g

olej

sůl

pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Maso naporcujeme na steaky asi 3 - 4 cm tlusté. Ty potřeme kvalitním olejem a opeříme. Poté steaky necháme odležet při pokojové teplotě asi půl hodiny. Rozpálíme si olej na pánvi a steaky na ní zprudka osmahneme z každé strany asi tři minuty, podle toho, jak moc je chceme mít propečené. Poté...

Hovězí steak - recept

Maso naporcujeme na steaky asi 3 - 4 cm tlusté. Ty potřeme kvalitním olejem a opeříme. Poté steaky necháme odležet při pokojové teplotě asi půl hodiny.

Rozpálíme si olej na pánvi a steaky na ní zprudka osmahneme z každé strany asi tři minuty, podle toho, jak moc je chceme mít propečené. Poté vložíme do nahřáté nádoby, kde ještě pomaličku „dojdou“, osolíme a můžeme podávat.

Hovězí steak chutná skvěle s různými omáčkami, jako příloha jsou ideální steakové hranolky, opečené brambory nebo třeba bramborové dukátky.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí